

長野はらから 販売カタログ保存版

VOL-1



(株)ミット 長野はらから
〒391-0005 長野県茅野市仲町12-16
TEL (0266) 73-8731 FAX (0266) 73-8730

長野はらから

検索

<http://mitto.jp/nagano-harakara>

ご注文は、お電話・ファックスで承ります

※お電話でのご注文は、月曜日～金曜日 受付時間 8:30～16:30

※宅配お届け曜日は水曜日午後～金曜日となっております

お豆腐・湯葉・豆乳・おから



もめん豆腐(800g)

大豆の風味が豊かな豆腐800gありますので
鍋や宴会に重宝します。

¥460

注文番号 0101 賞味期限/お届け日+2日



もめん豆腐(400g)

国産大豆を100%使用した、
最も豆腐らしい豆腐。

¥230

注文番号 0102 賞味期限/お届け日+2日



青ばた木綿豆腐(800g)

地元、仙南地域の青ばた豆を使用した薄緑色が
鮮やかな豆腐です。豆の風味・甘味が豊かです。

¥650

注文番号 0103 賞味期限/お届け日+2日



青ばた木綿豆腐(400g)

地元、仙南地域の青ばた豆を使用した薄緑色が
鮮やかな豆腐です。

¥330

注文番号 0112 賞味期限/お届け日+2日



レアトーフ(200g)

国産大豆ミヤギシロメを100%使用。豆乳も
入っていて、とてもクリーミーなお豆腐です。

¥220

注文番号 0104 賞味期限/お届け日+2日



さしみ湯葉(60g)

めずらしい湯葉のさしみ。
わさび醤油や生姜、めんつゆなどで、
お召し上がりください。

¥360

注文番号 0105 賞味期限/お届け日+4日



重ね湯葉(180g)

国産大豆(ミヤギシロメ)100%使用。
湯葉を64枚重ねてあります。
口の中に入ると、湯葉がとろけます。

¥1,000

注文番号 0106 賞味期限/お届け日+4日



業務用重ね湯葉(1kg)

国産大豆(ミヤギシロメ)100%使用。
湯葉を64枚重ねてある業務用1kg。
ホテル・旅館・居酒屋さんには、魅力のある一品。

¥6,000

注文番号 0107 賞味期限/お届け日+4日



佃煮ゆば(60g)

そのまま、ご飯のお供になります。
お茶漬けにすると、また違った味わいです。
(湯葉の花が開きます。)

¥220

注文番号 0108 賞味期限/お届け日+28日



豆乳(飲む豆腐 400ml)

美味しい豆腐の素です。
一般的に市販されている豆乳とは違って大変濃厚。
豆腐をそのまま飲んでいる感覚です。にがり付き。

¥360

注文番号 0109 賞味期限/お届け日+2日



豆乳飲料(500ml)

宮城産大豆(ミヤギシロメ)100%使用した
濃厚な豆乳で、豆乳好きな方には、驚きの味！
美容と健康を気にされる方には、お勤めの飲料。

¥390

注文番号 0110 賞味期限/お届け日+5日



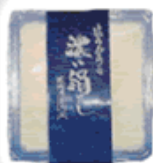
冷凍おから(300g)

国産大豆100%、栄養満点のおから。
健康志向の方には、最適な栄養食品です。

¥160

注文番号 0111 賞味期限/お届け日+4日

絹ごし豆腐・おぼろ豆腐・ざる豆腐・よせ豆腐



濃い絹ごし(330g)

国産大豆(ミヤギシロメ)100%使用。
舌ざわりの滑らかな豆腐です。
旨味が凝縮された上品な味を堪能できます。

¥360

注文番号 0204 賞味期限/お届け日+7日



濃い絹ごしミニ2連(120g×2)

国産大豆(ミヤギシロメ)100%使用。
舌ざわりの滑らかな豆腐です。
旨味が凝縮された上品な味を堪能できます。

¥220

注文番号 0205 賞味期限/お届け日+7日



黒ゴマ絹ごし(120g)

国産大豆(ミヤギシロメ)100%使用。
舌ざわりの滑らかで、ゴマの香りと風味が良く、
デザートとしても美味しく頂けます。

¥190

注文番号 0206 賞味期限/お届け日+7日



秘伝大豆絹ごし(120g)

国産大豆「秘伝」100%使用。
薄みどり色で、甘味が口の広がります。
希少価値の高い青大豆の旨味を閉じ込めています。

¥190

注文番号 0207 賞味期限/お届け日+7日



ミニおぼろ(160g)

国産大豆ミヤギシロメを100%使用した、
舌触りの滑らかで大豆の栄養分をまるごと
味わえる食べきりサイズ。

¥190

注文番号 0208 賞味期限/お届け日+2日



白ざる豆腐(200g)

国産大豆ミヤギシロメを100%使用。
生で食べると、歯ざわり・舌ざわりの良い豆腐です。
ざる型が特徴。

¥290

注文番号 0209 賞味期限/お届け日+2日



青ばたざる豆腐(200g)

希少価値の高い青ばた豆を100%使用。
薄緑色の豆腐で食べると甘味が口に広がります。
ざる型が特徴。

¥310

注文番号 0210 賞味期限/お届け日+2日



白よせ豆腐(200g)

国産大豆ミヤギシロメを100%使用。
舌触りの良い柔らかいお豆腐です。

¥220

注文番号 0211 賞味期限/お届け日+2日



青ばたよせ豆腐(150g)

希少価値の高い青ばた豆を100%使用。
薄緑色の豆腐で食べると甘味が口に広がります。

¥220

注文番号 0212 賞味期限/お届け日+2日

～豆腐づくりは夢づくり～

これまでの経験から、温度、水の分量、にがりの量などをきちんと計算し、
最も味の良くなるよう、神経を集中させています。



油揚げ・厚揚げ・がんも・お揚げの蒲焼丼・味噌漬け油揚げ



大揚げ(1枚入)

焼いてもそのまま食べても美味しい。
煮物にすれば、もっと美味しくいただけます。
中身がぎっしり詰まった大揚げ。

¥160

注文番号 0301

賞味期限/お届け日+2日



小揚げ(2枚入)

一般に販売されている揚げと食べ比べて下さい。
その違いに驚かされます。
味は大揚げと同じですが、使いやすいタイプ。

¥190

注文番号 0302

賞味期限/お届け日+2日



厚揚げ(3個入り)

衣をつけずに素揚げにしておりますので
豆腐本来の確かな味を楽しめます。
軽く焼くだけで、美味しいご馳走になります。

¥370

注文番号 0303

賞味期限/お届け日+2日



がんも(5個入り)

一つずつ丁寧に作り上げたがんも。
驚くほどふんわりしていて、
味は勿論のこと、食感も楽しめます。

¥310

注文番号 0304

賞味期限/お届け日+2日



お揚げの蒲焼丼(タレ・山椒付)

大揚げをタレに漬けて焼いています。
温かいご飯に乗せて食べれば・・・!!

¥290

注文番号 0305

賞味期限/お届け日+約38日



味噌漬け油揚げ(2枚入り)

秘伝の調理味噌に漬けた油揚げ。
そのまま焼くだけで、御飯のおかずになります。
野菜と一緒に炒めると、一段と味わい深くなります。

¥370

注文番号 0306

賞味期限/お届け日+約23日



辛味噌漬け油揚げ(2枚入り)

ピリッとした味噌に漬けた油揚げ。
ご飯のおかずには勿論ですが、
お酒のお供にもぴったり。

¥370

注文番号 0307

賞味期限/お届け日+約23日



味噌漬け油揚げ(大・1枚)

秘伝の調理味噌に漬けた油揚げ。
そのまま焼くだけで、御飯のおかずになります。
野菜と一緒に炒めると、一段と味わい深くなります。

¥190

注文番号 0308

賞味期限/お届け日+約23日



辛味噌漬け油揚げ(大・1枚)

ピリッとした味噌に漬けた油揚げ。
ご飯のおかずには勿論ですが、
お酒のお供にもぴったり。

¥190

注文番号 0309

賞味期限/お届け日+約23日

揚げ類は！！

焼いて良し・煮て良し・炒めて良し



カレー・ハンバーグ・かりかり豆

ゆば入りトマトカレー



ミヤギシロメ大豆を利用した湯菜と、アヤコガネ大豆を具材に盛り込んだ、トマト風味のカレー。パスタにも合います。

¥380

注文番号 0401 賞味期限/お届け日+23ヶ月

こんにゃくハンバーグ



おからこんにゃくと和豚「もち豚」で作ったハンバーグ。健康志向の方には、うってつけのヘルシーハンバーグ。

¥190

注文番号 0402 賞味期限/お届け日+5ヶ月

ゆば雑炊



ミヤギシロメ100%の「蔵王ゆば」と宮城県内産鶏肉、宮城米「ササニシキ」を使った、体に優しい雑炊。

¥290

注文番号 0403 賞味期限/お届け日+11ヶ月

かりかり豆



小麦粉、おからをベースに、大豆をミックスした、健康志向に合ったお菓子。サクサク食べられます。

¥220

注文番号 0301 賞味期限/お届け日+28日

おからかりんとう・お楽しみ豆乳

おからかりんとう(雑穀)



7種類の雑穀をブレンドした体に優しいかりんとうです。

¥380

注文番号 0209 賞味期限/お届け日+約88日

おからかりんとう(深海塩)



佐渡の深海塩を使った、塩味のかりんとう。おからとのマッチングも一味違います。

¥380

注文番号 0210 賞味期限/お届け日+約88日

おからかりんとう(さつま芋)



焼きイモにした「紅あずま」をふんだんに練り込みました。女性に大人気のかりんとうです。

¥380

注文番号 0211 賞味期限/お届け日+約88日

おからかりんとう(ごま)



ごまを厚手の鉄鍋でじっくり焙煎しました。ごまの香ばしい味が楽しめます。

¥380

注文番号 0212 賞味期限/お届け日+約88日

お楽しみ豆乳(200cc)



宮城産大豆(ミヤギシロメ)100%使用した濃厚な豆乳で、豆乳好きな方には、驚きの味！美容と健康を気にされる方には、お勧めの飲料。

¥160

注文番号 0500 賞味期限/お届け日+4日

納豆（水戸産）

水戸納豆(80g)



茨城県産の小粒大豆100%。
納豆本来の味を大切に守り、造り続けています。
昔なつかしい味のままでお届けできる納豆です。

¥110

注文番号 1001 賞味期限/お届け日+10日

金砂郷納豆(50g×2)



うま味を重視して造り上げた納豆で、納豆の
においが抑えられているため、「においが
…」とおっしゃる方におすすめ。

¥140

注文番号 1002 賞味期限/お届け日+10日

金砂郷納豆(50g×3)



納豆本来の味を守りながら臭いを抑えて、大豆の
旨みを大切に造り上げた納豆です。
もちろん原材料は茨城県産の小粒大豆を100%使用。
一度に量を食べられない方に人気！

¥210

注文番号 1003 賞味期限/お届け日+10日

水戸納豆わら(60g)



わらに包む為、ほんのりと広がるいなかの風景そし
て香りが、さらにさらに納豆の旨みが口の中へ。
このぜいたく感、なかなか会えない方への贈り物、
茨城の納豆を食べたい方、ぜひぜひおすすめ！！

¥160

注文番号 1004 賞味期限/お届け日+10日

小鉢納豆(50g)



もちろん茨城の小粒大豆100%！
小鉢タイプの容器にしそのりが特長です。
とつぜんのお客様にも、そのままお出し出来ます
ので、便利な一品です。

¥130

注文番号 1005 賞味期限/お届け日+10日

そばろ納豆(140g)



茨城県産100%納豆と国産の切干大根を
醤油だれに、漬けこみました。
ご飯との相性はばっちり！

¥370

注文番号 1006 賞味期限/お届け日+18日

そばろ納豆キムチ(140g)



茨城県産100%納豆と国産の切干大根を
醤油だれに、漬けこみました。
お酒のつまみにしたら、たまらないキムチ味

¥370

注文番号 1007 賞味期限/お届け日+18日

大豆は茨城県産100%、遺伝子組み換え大豆は一切使用しません

お子さまからお年寄りまでに召し上がっていただきたいから、「安心」と「安全」はゆずれません。

自然いっぱい、美味しい水と空気で育った茨城県産の大豆100%で作っています。



昔ながらの製法・職人の技が生きている。

こんにゃく（下仁田産）

板こんにゃく(200g)



缶蒸し製法で仕上げた板こんにゃく。

¥170

注文番号 2001 賞味期限/お届け日+88日

糸こんにゃく(200g)



缶蒸し製法で仕上げた糸こんにゃく（突き）。

¥170

注文番号 2002 賞味期限/お届け日+88日

白滝(200g)



缶蒸し製法で仕上げたしらたき。固めの食感が人気。

¥170

注文番号 2003 賞味期限/お届け日+88日

ねじりこんにゃく(150g)



お料理用のこんにゃくです。本場のこんにゃくは一味違います。

¥190

注文番号 2004 賞味期限/お届け日+約178日

味噌漬けこんにゃく(230g)



特製の田舎みそに刺身こんにゃくを漬け込みました。

¥480

注文番号 2005 賞味期限/お届け日+約38日

ゆばこんにゃく(130g)



おかずの一品としてすぐにお召し上がりいただけますし、保存が効くので重宝します。

¥320

注文番号 2006 賞味期限/お届け日+約88日

玉こんにゃく(10個入り)



味付け済みの玉こんにゃくです。袋のままあたためてお召し上がり下さい。

¥410

注文番号 2007 賞味期限/お届け日+約118日

こんにゃく豆知識

こんにゃくは、いいねえ~!!

成分

こんにゃくの成分は97%が水分。残り3%が固形物で炭水化物・タンパク質・灰分・ミネラルなどが含まれます。

炭水化物	2.2%
灰分	0.3%
タンパク質	0.1%
微量ミネラル・ビタミン	

こんにゃく芋には皮膚の保水をするセラミドや、体の中で溶けずに腸内に運ばれるので便量をふやし、腸内の有害物質を体外に排出する働きのあるグルコマンナン（コンニャクマンナン）が含まれています。

期待できる効果

美肌効果
便秘予防と砂下ろし
がん予防
コレステロール減少
糖尿病・高血圧予防
ローカロリー
カルシウム摂取
ダイエット効果
等々

無農薬野菜



リーフレタス

パリパリとした食感のリーフレタスです。
適度な苦みと甘味です。
密集した葉を形成し適度な量感が特徴です。

¥200

注文番号 3001 賞味期限/お届け日+4日



京菜

独特の香りとシャキッとした歯ごたえのある京菜です。
サラダとして、また薄あげと一緒に浸しにすれば更においしく召し上がれます。

¥200

注文番号 3002 賞味期限/お届け日+4日



フリルグリーン

まろやかな味とシャキシャキした食感はお子様にも大人気のフリルグリーンです。
ボリューム感がある華やかな葉は、飾り付けも見事に演出してくれます。

¥200

注文番号 3003 賞味期限/お届け日+4日

うどん・海苔

うどん（讃岐産）



讃岐ゆでうどん(5食入り)

本場讃岐のうどん。
しっかりしたコシがあり讃岐らしいうどんです。

¥270

注文番号 5001 賞味期限/お届け日+2ヶ月

海苔（瀬戸内海産）



味付け海苔(150枚入り)

瀬戸内海産の味付け海苔。
お子様のおやつに、もちろんご飯にも！

¥1,100

注文番号 4001 賞味期限/お届け日+9ヶ月

独自製法で本格讃岐うどん！！
強いコシとのとごしの良さ



「コシが強く、のとごしが良い」そこは、長年の研究で磨き上げられてきた、「丁寧で時間をかけた製造方法」という秘密があるのです。

茹で麺は、多加水三層機という特殊ミキサーを使用し、完全に水と小麦粉を混ぜ合わせて、麺が三層構造になるように圧延作業を行っています。

瀬戸内海

児島の下津井沖にある離島《六口島》
漁師が捕った新鮮な海の幸！



さつま揚げ（鹿児島産）



つげあげ(23g×5本)

最も代表的な棒状のさつま揚げで種ものを使わないプレーンタイプ。豆腐と山芋を練り込むことでソフトな食感と薩摩地酒でコクと甘みを。

¥220

注文番号 9001

賞味期限/お届け日+28日



いわし天(20g×5本)

イワシを主体に揚げ上げたイワシのさつま揚げ。少し濃い目の味付けとイワシの旨みがマッチ。

¥220

注文番号 9002

賞味期限/お届け日+28日



しそ天(23g×5本)

真っ白なすり身はあっさり淡い味で、大葉の香りが口の中に広がります。

¥240

注文番号 9003

賞味期限/お届け日+28日



野菜天(43g×3枚)

キャベツと玉ねぎ、人参をたっぷり混ぜ込んださつま揚げ。野菜の甘みと食感が自慢。

¥240

注文番号 9004

賞味期限/お届け日+28日



さつま芋天(43g×4本)

拍子木切りのさつま芋を束ねてすり身とあわせ、俵状にひとつひとつ手握りで作りました。さつま芋のホクホク感をそのままに味わえる大人気商品。

¥390

注文番号 9005

賞味期限/お届け日+約28日



盛り合わせ(6種7個)

少しずつ色々味わえるさつま揚げの盛合せ。

¥390

注文番号 9006

賞味期限/お届け日+28日

●さつま揚げの歴史

さつま揚げは、その昔の薩摩と琉球(沖縄)との交流を通して渡来した琉球料理の「チキアーグ」が元祖と言われています。地元の鹿児島県ではさつま揚げという呼び名よりも「つげあげ」と言うのが一般的ですが、この呼び名から、さつま揚げが琉球から渡来の「チキアーグ」に由来するという説には説得力があります。別の説として、幕末の薩摩の名君といわれる島津斉彬公が、藩内の漁村で獲れる小魚を原料にして風土に適した揚げ物料理を考案させたという説があります。

●製品へのこだわり

豆腐とやま芋を、つなぎに使用しております。

本場鹿児島県のさつま揚げは、昔から豆腐を使用して製造されてきました。

又、山芋は昔から滋養強壮や疲労回復に効果があると言われていました。

さつま揚げに山芋と豆腐を加える事でより特徴のある食感を、又、薩摩の地では、あらゆる家庭料理の旨味料として使われており、お酒とみりんの両特性を持ち合わせた豊富なアミノ酸をバランスよく含む醸造調味酒である灰持酒(薩摩地酒)を使用する事により、風味かな甘みと、奥深い味わいをひきだします。

さつま揚げの磯辺巻き

～薄味のさつま揚げ『しそ天』を磯辺風で！～

材料

2人前

・しそ天・・・6本 ・海苔・・・6枚※幅広で四角のもの ・薄口醤油・・・大さじ2 ・味醂・・・大さじ2 ・砂糖・・・小さじ2

作り方

- (1) フライパンに油を薄く引き、しそ天を入れて中火で暖める。
- (2) うっすらと焦げ目がついたら、弱火にして薄口醤油、味醂、砂糖を加える
- (3) フライパンの中の調味液がトロトロとみたら火を止めてしそ天を取り出す。
- (4) しそ天を味付け海苔で包んで出来上がり！



はらからクッキング教室

はらからの食材を中心に、
簡単で美味しく楽しいクッキング教室です。

開催



詳細はホームページ又は、お電話にてお問い合わせください。

長野はらから車の各種イベント参加





長野はらから